

УДК 37:781.62(470)

РОЛЬ ЗАНЯТИЙ РИТМИКОЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ СИСТЕМЫ МВД РОССИИ

И. Ю. Лукьянова

курсант 4 курса

Белгородского юридического института МВД России

имени И. Д. Путилина, 343 взвод

Научный руководитель: А. А. Третьяков,

доцент кафедры физической подготовки

Белгородского юридического института МВД России

имени И. Д. Путилина,

кандидат педагогических наук, доцент

В образовательных учреждениях МВД России наряду с иными курсанты изучают основы ритмики. Это имеет довольно важное практическое значение, оказывающее влияние как на индивидуальные социально-психологические особенности курсантов, так и на систему правоохранительных органов в целом.

Выполнение повторяющихся упражнений под музыку поточным способом позволяет соединить преимущества циклических спортивных видов деятельности с доступностью и эмоциональностью гимнастических упражнений. Это непосредственно воздействует на здоровое развитие и укрепление сердечно-сосудистой системы организма, нервно-мышечную и эндокринную системы. Помимо положительного влияния на организм человека, ритмика также решает задачи общего и частного характера в образовательных учреждениях системы МВД России. Общие задачи служат поддержанию воспитательных, учебных и оздоровительных процессов. Частные задачи обладают более узким и конкретным спектром влияния на физические и морально-волевые качества курсантов и слушателей в образовательных учреждениях МВД России.

Ритмика выступает в качестве фактора, повышающего эмоциональный настрой курсантов. Данная задача является довольно важным компонентом в системе правоохранительных органов. Занятия ритмикой обеспечивают у курсантов возникновение стойкого интереса к занятиям физической подготовкой, а также совершенствованию собственных физических качеств и работоспособности. Это помогает сотрудникам органов внутренних дел поддерживать физическую форму и быть готовыми к осуществлению возложенных функций. Данный вид деятельности оказывает непосредственное воздействие на формирование двигательной культуры каждого отдельного человека.

Кроме того, ритмика построена на основах хореографического искусства, которое, в свою очередь, влияет на развитие нервно-мышечной системы организма. Благодаря занятиям ритмикой у курсантов вырабатывается правильная осанка, укрепляются все группы мышц.

Как отмечал Эмиль Жак-Далькроз на своих занятиях по ритмике, данный вид творческой деятельности способствует развитию мышечной памяти и памяти головного мозга.